LIMA, LUNES 24 DE FEBRERO DE 2025 | @DiarioOjo | DiarioOjo | @diarioOjo | www.ojo.pe Precio: S/ 1.20 Vía aérea: S/1.50 | N°21307 | Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay



HOY GRATIS ALGAS Y MICROALGAS SON MUY NUTRITIVAS

otra megalámina con los consejos del doctor Pérez - Albela

A SU ASISTENTE VENEZOLANO, QUE MANEJABA EL AUTO, NO LE PASÓ NADA

PISTOLEROS MATAN A CIRUJANO PLÁSTICO

JOSÉ OSPIN VENEZOLANO

▸ CARLOS ANTONIO MENDO CASTILLO FUE INTERCEPTADO EN LA RAMIRO PRIALÉ DURANTE LA MADRUGADA

HERMANA DE VÍCTIMA

▸ ASESINOS LE ROBARON SU CELULAR Y 4 MIL SOLES QUE HABÍA COBRADO POR UNA OPERACIÓN

POLICIAL pág. 6

Llegó a Argentina para enfrentar mañana a Boca Juniors

ALIANZA POR EL "BOMBONERAZO"

CRACK pág. 13

¡JUSTICIA POR MUERTOS!

IMPACTO pág. 3

Familiares exigen que responsables de tragedia en Trujillo no queden impunes

EDITORA GENERAL: SILVIA QUISPE RAMÍREZ

OPINAN LOS LECTORES
¿Cree que la tragedia en el Real Plaza de Trujillo quedará impune como ha sucedido en otros casos?

SÍ 96% — NO 4%

Responde en www.ojo.pe
¿Cree que Alianza Lima avanzará en la Libertadores con un buen resultado ante Boca Juniors?

LA CRUDA REALIDAD

EVITEMOS MÁS DESGRACIAS

La tragedia de Trujillo que pudo evitarse tiene varios responsables: desde el empresario, los constructores y las autoridades que dieron luz verde a la obra. Ahora, ¿quién responde por la vida de las seis víctimas mortales y las decenas de personas, entre ellas niños, que están heridos y que quedarán con alguna discapacidad? El crecimiento económico, del cual saca pecho el Gobierno, debe ir de la mano con el cumplimiento de las leyes y normas, desde el más acaudalado hasta el vecino de a pie. Pero qué podemos esperar si desde el propio Congreso se impulsan normas que desprotegen al ciudadano, como plantear fiscalizaciones a centros comerciales cada diez años. A propósito, ¿cómo estarán estos establecimientos que han abierto sus puertas en muchas zonas de Lima y provincias? Acaso, ¿son otras bombas de tiempo? Prevención, señores, para no lamentar más desgracias.



EVADEN A LA PRENSA QUE LES IBA A PEDIR EXPLICACIONES

MINISTROS SE CORREN PARA EVITAR HABLAR DE TRAGEDIA

Los ministros del Ambiente, Juan Castro, y de Desarrollo e Inclusión Social, Leslie Urteaga, evitaron pronunciarse sobre la tragedia al desplomarse un techo el centro comercial Real Plaza de Trujillo. Ambos funcionarios participaron en la carrera "ECO 5K: Corre, respira y reduce", en San Borja, pero cuando fueron abordados por la prensa, eludieron las preguntas sobre la tragedia y se fueron más rápido que los maratonistas que participaron en el evento.

TUDELA BUSCABA FISCALIZACIÓN SIN FRECUENCIA FIJA

Retira proyecto que frena inspecciones

↗ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

A pocas horas de defender su iniciativa, que abría la puerta a que locales pasen largos años sin verificarse su seguridad, la congresista Adriana Tudela (Avanza País) cedió ante las críticas y retiró su proyecto de ley que buscaba las vigencia indeterminada de las inspecciones técnicas.

Las críticas a raíz de lo ocurrido en el Centro Comercial Real Plaza Trujillo, donde se cayó un techo con el saldo de muertos y heridos, fueron incluso del Colegio de Ingenieros del Perú (CIP), que consideró al proyecto lesivo para la seguridad de la población.

"Debido a la tergiversación malintencionada del proyecto de ley que presenté hace unas semanas -el cual ni siquiera ha sido debatido en comisión- he decidido RETIRARLO", anunció Adriana Tudela en su cuenta oficial de X (antes Twitter).



Ojo al dato
Bomberos e ingenieros rechazaron el proyecto de Tudela y otro de Maricarmen Alva con certificaciones por 10 largos años.

COAUTORES. Tal iniciativa contaba con apoyo de sus coautores, los legisladores José Williams, José Cueto, Edward Málaga, Fernando Rospigliosi, Diana Gonzales, Rosselli Amuruz, Karol Paredes, Víctor Flores y José Elías.

El proyecto de ley 9788/2024 señalaba que la "licencia de funcionamiento y el certificado de inspección técnica de seguridad en edificaciones tienen vigencia indeterminada, sin perjuicio de la fiscalización posterior que debe ser ejecutada por los gobiernos locales de manera periódica". Nunca se decía cuál era la periodicidad, que hoy es de cada dos años, y con esa ley podía ser lejana.



• Buscaba vigencia indefinida de certificados de seguridad.

35 años de cárcel les pueden caer a los responsables



• Jurista apuntó a empresa y autoridades municipales y de Defensa Civil.

Según los hallazgos de la Fiscalía, a los responsables del colapso del techo del Centro Comercial Real Plaza de Trujillo podría imputarse el delito de asesinato doloso con un medio capaz de poner en peligro a personas, que implica de 15 a 35 años de cárcel, explicó el abogado penalista Carlos Caro Coria.

FOTONOTICIA

ASISTENTE VIRTUAL DA UNA MANITO A LOS ESTATALES

La Presidencia del Consejo de Ministros (PCM) lanzó el asistente virtual RofBot, herramienta de mensajería automática que ayudará a acceder a información estatal y a que servidores públicos elaboren documentos de gestión.



FOTO: OJO

X TWITTER

CÉSAR NAKAZAKI
Abogado penalista
@CesarNakazaki

"La PNP y Ministerio Público actúan desde el primer momento, hay que dejarlos trabajar. ¿Cómo terminará caso? Depende. Es verdad que hay injusticia, pero también la justicia se alcanza, por cierto con gran lucha. Este caso es una gran prueba para el sistema de justicia de La Libertad".

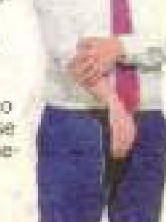
OJOS&OÍDOS

ECONOMÍA. La masa salarial formal, que representa el valor total de los ingresos de los trabajadores, creció 7.3 % en términos reales en diciembre de 2024 en comparación con el mismo mes del año anterior, informó el Banco Central de Reserva del Perú.

NEUTRO. El excongresista Kenji Fujimori juró haber "decidido" desligarse "totalmente de la política", porque no quiere saber nada de ella, y sobre Dina Boluarte -a quien Fuerza Popular mantiene en el poder- mostró una postura "neutra".

VIVOS. Los congresistas inician hoy la semana de representación de febrero que va hasta el viernes 28. Con una "bolsa" de pasajes y viáticos podrán viajar a donde les venga en gana, dizque para "mantenerse en comunicación con los ciudadanos". Provecho.

AY. El Poder Judicial ordenó reexaminar el levantamiento del secreto bancario del fiscal José Domingo Pérez, investigado por el presunto delito de enriquecimiento ilícito al comprarse una camioneta Volvo.



FAMILIARES DE VÍCTIMAS Y TRUJILLANOS PIDEN CÁRCEL PARA RESPONSABLES DE CAÍDA DE TECHO EN REAL PLAZA

Exigen que muertes no queden impunes



▪ Dejan carteles exigiendo justicia en exteriores de centro comercial

▪ Velan en Salaverry a familia entera que falleció tras desplome de estructura.

GRECIA LLANOS
grecia.llanos@prensmart.pe

El dolor que siente Julia Ramos es indescriptible. En una misma noche, perdió a su hija Daniela de la Cruz Ramos, a su yerno, el suboficial de primera PNP Jhon Chávez Valeriano, y a su nieta de 2 años. Tres de las seis víctimas mortales que dejó la caída del techo, en forma de cúpula, del patio de comidas y de la zona de juegos infantiles, del Real Plaza Trujillo.

39 HERIDOS
de los 81 permanecen internados, tres se encuentran en estado grave.

Los cuerpos de esta familia, que acudió al centro comercial la noche fatídica del último viernes para hacer las compras como cada quincena, fueron velados ayer en su vivienda de Alto Salaverry, en la provincia de Trujillo. Al lugar también llegaron agentes de la Policía que acompañaron a la familia del agente.

"Quiero que no se quede impune esto. Estoy muy dolida por la pérdida de mi hija, mi yerno y mi nieto (...) No he recibido ningún apoyo del sitio donde ha sucedido (Real Plaza Trujillo)", señaló la señora tras detallar que su hija le envió fotos de su nieta, antes de la tragedia.

SALDO. Aunque el sábado último, las autoridades aseguraron que el desplome del techo había dejado ocho fallecidos, ayer se rectificaron. El jefe del Centro de Operaciones de Emergencia Regional de La Libertad, Hipólito Cruchaga, aseguró que hubo seis fallecidos.

Además de los tres integrantes de una familia, fallecieron Harumi Carbajal Velásquez (24), cuya familia refirió que "no van a parar hasta dar con los responsables"; José Santa María Jara Arroyo (83), quien murió en el hospital, y Yekill Iparraguirre Palomino (38), joven cajamarquino y deportista.

Por la tarde de ayer, Wifredo Agustín, subgerente de Defensa Civil (Indeci) en La Libertad, anunció el término a las operaciones de búsqueda y rescate. "Se descarta algún cuerpo más", refirió.

En los exteriores del centro comercial, trujillanos han colocado carteles pidiendo justicia y, a manera de un altar en honor a las víctimas, han dejado flores y peluche. Asimismo, ayer participaron de una vigilia para que se determinen responsables.


JULIA RAMOS



ojo al dato
La Fiscalía y la Policía ahora iniciarán la etapa de investigación para esclarecer las causas del hecho.

AL GRANO

JOVEN AMPUTADO REQUIERE LARGA RECUPERACIÓN

A Jhosmar Rodríguez Cruz (24), el trujillano a quien para rescatarlo entre los escombros le amputaron la pierna derecha ante la caída del techo en el Centro Comercial Real Plaza Trujillo, le espera una larga recuperación física y emocional. Es un aficionado al fútbol y las danzas.



ALERTAN POR DEFICIENCIAS EN INSPECCIONES

Tras la fatídica caída de un techo del Real Plaza Trujillo, el Colegio de Arquitectos del Perú pidió modificar la norma de inspecciones técnicas de seguridad pues hoy hasta ingenieros químicos o agrónomos realizan estas tareas que corresponden a ingenieros civiles o estructurales, y arquitectos.



TRABAJARON EN LABORES DE RESCATE

PERRITOS REX Y ARIF BUSCARON A VÍCTIMAS ENTRE ESCOMBROS

Rex, un perro de rescate de la Compañía de Bomberos de Guadalupe B128, y Arif, can de la brigada canina de la Municipalidad Provincial de Trujillo, participaron en la búsqueda y el rescate de víctimas que dejó la caída del techo, en la zona de patio de comidas, del Real Plaza Trujillo. Los animales, que son padre e hijo, estuvieron presentes desde el mismo viernes 21 de febrero en que ocurrió la tragedia y se encargaron de rastrear las área de difícil acceso para los humanos, mostrando sus capacidades. En fotografías que se han hecho virales se ve a los perros olfateando el lugar y descansando, tras su ardua labor. Estos canes trabajaron, entre los escombros, con más de 200 bomberos y 200 policías, así como con el Grupo de Búsqueda y Rescate Urbano (Usar) Grau de la Marina de Guerra.



FIESTAS DE CARNAVAL. Danzas típicas, música y expresiones culturales de diferentes regiones se exhibirán en el Festival de Fiestas de Carnaval 2025, con 14 clubes regionales representados, que se realizará en el Club Departamental Cusco, en Jesús María.

HASTA RETOMAR TRÁNSITO POR CHANCAY

Restringen vía alterna para camiones pesados

Para garantizar la seguridad de las personas y proteger el estado de la vía se restringió temporalmente el paso de camiones de carga con peso superior a 60 toneladas por la ruta alterna de Huaral, hasta que se retome el tránsito por el puente de Chancay, donde se está instalando un puente modular. El Ministerio de Transportes y Comunicaciones explicó que el tramo Variante Pasamayo-Huaral-Acos, que incluye un puente, debido al plan de desvíos viene recibiendo una alta circulación de vehículos ligeros y pesados, como buses, camiones, autos y combis.

▪ Se busca prevenir colapso de vía por paso vehicular.

FIELES CATÓLICOS ORAN EN LA CATEDRAL DE LIMA

Piden a Dios por la salud del papa

GRECIA LLANOS
grecia.llanos@prensmart.pe

Ante el delicado estado de salud del papa Francisco, ayer, portando velas blancas y estampillas con su imagen, los fieles católicos rezaron por su pronta mejoraría en la misa dominical oficiada, como cada semana, en la Catedral de Lima.

El obispo auxiliar de Lima, monseñor Juan José Salaverry, presidió la ceremonia religiosa en esta ocasión y refirió que "con mucho cariño y gratitud la Iglesia de Lima ofrecía dicha Eucaristía" por la salud del sumo pontífice hospitalizado en Roma por una neumonía bilateral.

Esto responde al pedido que hizo previamente el arzobispo de Lima, cardenal Carlos Castillo, para que todos los católicos se unan en oración a fin de que "el Señor le restablezca sus fuerzas y continúe dando testimonio de la alegría del Evangelio".

"Nos unimos a la oración de toda la Iglesia y pedimos la intercesión de la Virgen para que lo ayude y conforte", dijo el monseñor Salaverry en su mensaje inicial.



▪ Llevaron velas y estampitas en honor al santo padre.

OJO AL DATO

El obispo Juan Salaverry también oró, "con especial afecto", por todas las víctimas de la tragedia en Real Plaza Trujillo.

INTENCIONES. De manera presencial y a través de las redes sociales, por donde se transmite la santa misa, los fieles expresaron su preocupación por el papa y pidieron como intención que pueda recuperarse.

"Santísima Virgen te pido por la salud del papa Francisco", escribió Lucy Peña. "Pedimos por la pronta mejoría de nuestro papa Francisco" y "estamos orando por la recuperación de la salud del papa Francisco y también de todos los enfermo", fueron también mensajes dejados por otros católicos.

Otra lluvia de verano cayó sobre Lima

Con una intensa lluvia de verano y cielo nublado, amanecieron ayer los distritos de Lima Metropolitana por las precipitaciones en la sierra y la influencia de vientos del este, señaló el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología (Senamhi).

▪ En Villa María del Triunfo hubo mayor acumulación de lluvia.



RESTAURANTES CAMPESTRES Y CULTIVOS AFECTADOS

SE DESBORDA RÍO MALA Y EL CHILLÓN ESTÁ EN ALERTA ROJA

El aumento del caudal del río Mala a 150 metros cúbicos por segundo, en la provincia de Cañete, región Lima, provocó la noche del sábado su desborde que afectó a restaurantes campestres y cultivos, en el distrito de Calango. Pedro Ochoa, dueño de un local afectado, señaló que es la segunda vez, en dos años, que se perjudica por una inundación y registra pérdidas económicas. En tanto, la población de Obrajillo, en el distrito de San Buenaventura, también en Lima, temió lo peor cuando el río Chillón ingresó al umbral hidrológico rojo por alcanzar un caudal de 29.21 metros cúbicos por segundo.

AL GRANO



SUPERHÉROES DAN ESPERANZA A ANGELITOS

Para ayudar a los niños con cáncer a afrontar sus tratamientos y darles ánimos, personal médico y asistencial del Hospital Edgardo Rebagliati, de Essalud, los recibe vestidos de sus superhéroes favoritos en la sala de radioterapia.



VECINOS EXIGEN QUE AERÓDROMO SEA REUBICADO

Vecinos de las urbanizaciones Asociación Miguel Grau y El Golf, en San Bartolo, pidieron a las autoridades la reubicación del aeródromo situado en el distrito, luego de que una avioneta se estrelló el sábado último en una vivienda.



REPARAN OTRA VEZ PUENTE RICARDO PALMA

El tránsito vehicular en la Vía Evitamiento quedó ayer restablecido luego de que se cerró por la caída de una estructura de fierro del puente Ricardo Palma por el impacto de un vehículo y la municipalidad lo reparó.

AREQUIPA



• Los frenos habrían fallado causando el accidente.

SE DIRIGÍA A UNA PLAYA DE CAMANÁ

Bus con 50 viajeros queda llantas arriba

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Al menos 30 personas heridas, entre ellos 12 menores de edad, dejó el despiste y vuelco de un bus con 50 pasajeros, que quedó con las llantas arriba en el kilómetro 865 de la Panamericana Sur, cerca a la zona conocida como Quebrada del Toro, en la provincia arequipeña de Camaná.

La unidad se dirigía del distrito de Majes a una playa de Camaná y había sido contratada por la Municipalidad Distrital de Majes para llevar a los pobladores del asentamiento Bello Horizonte de paseo.

ojo al dato
Patrulleros de la Policía y del serenazgo ayudaron en el traslado de los heridos.

FUGÓ. El alcalde de Majes, Henry Huisa, informó que el bus era conducido por Ángel Morales Taccora, quien desapareció después del accidente. "¿Cuál es la razón de escaparse? Me dicen que el freno no respondió, pero los pasajeros le advirtieron que no siga porque algo raro estaba pasando", señaló la autoridad.

La mayoría de los pacientes son policontusos y están recibiendo atención médica en Majes. Solo una mujer fue conducida al hospital Honorio Delgado de Arequipa.

TUMBES

COLAPSAN CASAS

INSTITUTO BAJO AGUA POR LLUVIAS

Las lluvias que cayeron durante dos días han inundado el Instituto Superior Tecnológico José Abelardo Quiñones de Tumbes y provocado el colapso de dos viviendas en el distrito de Corrales. También 175 casas han sido dañadas dejando 518 personas afectadas en los sectores de Nueva Esperanza, Nuevo Aguas Vedes, Alberto Fujimori, La Curva y Puerto Perú. Además, se activaron quebradas como Charán, Coloma, San José y alcantarillas.





ALLANAN CÁRCEL. Policías y fiscales ejecutaron un operativo de descerraje e incautación de documentos en el penal de varones El Milagro, en Trujillo, desde donde operaría la banda criminal "Los Imperdonables". Se intervino cinco celdas y cuatro oficinas administrativas. Se incautpó 18 celuales, seis chips, memorias USB y tres laptops. Además un cartucho de munición para fusil y cuatro de munición calibre 38.



■ Criminales estaban reunidos en una discoteca.

CAPTURARON A TRES HAMPONES

Tres policías heridos en balacera con "gatilleros"

Tres policías resultaron heridos, dos de ellos de bala, en Huaycán, Ate, al enfrentarse a una banda criminal y capturar a tres sujetos. De los tres intervenidos, dos están heridos, uno de bala. Agentes de la comisaría de Huaycán, de civil, llegaron hasta la discoteca Enigma, en la avenida Los Incas, al tener información de que allí estaban reunidos integrantes de la banda criminal "Los Gatilleros de Huaycán". Al verlos llegar, los hampones emprendieron la fuga disparando a los policías y se inició así el intercambio de balas. Los suboficiales Luis Fernando Ludeña Viera y Edwin Huacausi Ochante fueron heridos de bala en la cabeza y Brayan Pérez Barzola fue golpeado. El detenido Andy del Piero Laos Yallico (18) tiene referencia por tenencia ilegal de armas de fuego.



■ Los detenidos heridos son Arnold Lugo Tito y Valentino Quispe Ricaldi.

AL GRANO

ASESINAN A JOVEN A LA SALIDA DE UNA FIESTA

Tras participar en una reunión social en Cieneguilla, un joven fue asesinado a balazos, por un sujeto que habría actuado en complicidad con tres policías. Junior Terrones Ruiz fue acribillado al salir del local, en la avenida Inca Roca. Testigos reconocieron al pistolero conocido como "Aldair".



AGENTE RETIRADO MUERE EN CHOQUE CON BUS

El mayor PNP en retiro, Cristian Arturo Cortez Seminario (46), quien fue jefe de las comisarías El Obrero, Sechura y Chulucanas, en Piura, perdió la vida cuando el auto que manejaba impactó contra un bus en la carretera Chulucanas-Piura. El chofer del bus, Walberto Tocto Santos (40), tenía la licencia vencida.

SU ACOMPAÑANTE VENEZOLANO QUEDÓ ILESO

Matan a cirujano en la Ramiro Prialé

↗ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

La madrugada de ayer, un joven cirujano estético fue asesinado a balazos por delincuentes extranjeros que lo interceptaron en la avenida Ramiro Prialé, distrito de El Agustino, cuando se dirigía con su asistente venezolano, quien manejaba el auto, a San Mateo, a pasar el domingo.

Los asesinos, que los persiguieron en una moto, le robaron un moderno celular y dinero tras dispararle dos veces.

El asistente y amigo de la víctima resultó ileso en el ataque.

Minutos antes de las dos de la madrugada, dos hampones que estaban en una moto lineal color negro, interceptaron el Hyundai negro, en segundo mirador de la avenida Ramiro Prialé.

Uno de los criminales bajó y fue directamente al galeno Carlos Antonio Mendo Castillo (38), que iba en el asiento del copiloto y le disparó. Luego, le jaló con fuerza, lo sacó del vehículo y, tras quitarle su teléfono móvil, le dio un segundo tiro.

JOSÉ OSPIN

El venezolano José Ospin Gonzales, quien manejaba el carro y trabajaba con el médico, aceleró y avanzó hasta un grifo. Afirmó que lo hizo para salvar su vida. Será investigado como presunto cómplice de los asesinos, que también serían venezolanos.



■ Viajaba con su asistente a San Mateo.

ojo al dato

Peritos de Criminalística encontraron en la maletera del auto un maletín con salpicaduras de sangre, se informó.

■ CARLOS MENDO CASTILLO ASESINADO

DINERO. Horas antes, Carlos Mendo había realizado una operación por el que cobró cuatro mil soles, dinero que tras el homicidio desapareció. "Pido que la Policía investigue y den con los asesinos", dijo llorando una hermana del difunto que llegó a la escena del crimen.



POR CUPOS

ATENTADO EN LAS MALVINAS

Una banda de extorsionadores detonó un explosivo en una galería de Las Malvinas, Cercado de Lima, para exigir a los comerciantes el pago de cupos. Los criminales actuaron de madrugada y dejaron lo que ellos llaman "vela", en el frontis del centro comercial ubicado en la cuadra 5 del jirón Cárcamo. El atentado dejó daños materiales, los comerciantes temen por sus vidas y exigen una rápida respuesta de la Policía Nacional.

TODOS LOS MARTES





Y LOS JUEVES "JUEGA CON ojo"



OJO | LIMA
LUNES 24|02|2025
ojo



SOBREVUELAN CON BOMBAS EN FUNERAL. Decenas de miles de personas despidieron en Beirut a Hassan Nasrallah, líder del movimiento Hezbolá asesinado por Israel, país que al mismo tiempo hizo volar sobre ellos cazabombarderos artillados que, informó, eran una señal de advertencia contra los milicianos musulmanes.

ITALIA



ENTRENADOR LO SACA MOLESTO POR METER GOL

➡Lorenzo Lucca, del Udinese, anotó de penal el gol del triunfo por 1-0 sobre Lecce en la Serie A, pero ningún compañero lo felicitó porque a empujones no dejó patear a Florian Thauvin, el asignado. Tras el gol, a los 35 minutos, su entrenador, Kosta Runjaic, lo cambió por un juvenil y Lucca salió pifiado.

ESTADOS UNIDOS



VENDEN FOTOS QUE PAUL TOMÓ A LOS BEATLES

➡Fotos inéditas capturadas por Paul McCartney en los primeros años de Los Beatles -en que se ve a John Lennon, George Harrison y Ringo Star, entre otros- se exhiben en Beverly Hills para venderse a fanáticos y coleccionistas, y usar el dinero en ayudar a las víctimas de los incendios en California.

FOTOLOCA



ESTADOS UNIDOS

TRUMP CAMBIA ESCRITORIO POR CULPA DEL HIJO DE MUSK

➡Conocido por su obsesión por el aseo, el presidente de Estados Unidos, Donald Trump, ordenó que el escritorio presidencial en la sala oval de la Casa Blanca, el resolute desk, sea retirado para su "remodelación" después de que el hijo de 4 años de Elon Musk, X, se hurgó la nariz con sus dedos, la semana pasada, y se limpió la mano en el mueble durante una conferencia en vivo en la que acompañó a su papá. La "remodelación" implica su desinfección, trascendió.

MÉXICO

REGALA PASTEL CON CARA DE SU NOVIA Y LA CHICA SE MOLESTA



➡El creador de contenido, el mexicano Omar Maldonado Hinojosa, conocido como Omahi en redes sociales, decidió sorprender a su bella pareja, Valeria, con motivo de su cumpleaños. Para ello, mandó a elaborar un pastel de 10 kilos con el rostro de la chica para conocer su reacción. Omahi afirmó que la torta "quedó igualita", pero la sorprendida muchacha explotó, aunque luego se mató de risa, y exclamó "¿por qué estoy tan fea?".

ITALIA



AMENAZA HACE ATERRIZAR A AVIÓN EN ROMA

➡Un avión de American Airlines con 199 pasajeros, que iba de Nueva York (EE.UU.) a Nueva Delhi (India), aterrizó en el aeropuerto romano de Fiumicino por una amenaza de bomba.

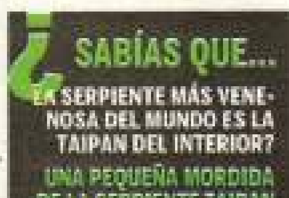
ASÍ FUE

ALEMANIA



"NEONAZIS" SE HACEN DE UNA GRAN VOTACIÓN

➡El bloque conservador Unión Cristianodemócrata-Unión Socialcristiana (CDU/CSU) fue la fuerza más votada en las elecciones generales de ayer en Alemania, con un 29 % de los sufragios, seguido por la ultraderecha de Alternativa por Alemania (AfD), que con 20 % en resultado histórico casi duplicó su voto comparado a 2021. AfD está vinculada a los "neonazis" que votaron por ella.



¿SABÍAS QUE...

LA SERPIENTE MÁS VENENOSA DEL MUNDO ES LA TAIPAN DEL INTERIOR?

UNA PEQUEÑA MORDIDA DE LA SERPIENTE TAIPAN ES SUFICIENTE PARA ACABAR CON LA VIDA DE MÁS DE CIEN SERES HUMANOS ADULTOS.

EL VATICANO

CONTINÚA MUY GRAVE Y LOS RIÑONES COMIENZAN A FALLARLE

Papa pide a fieles que recen por él

AGENCIAS OJO
redaccion@prensmart.pe

A sus problemas respiratorios que llevan al suministro de oxígeno de alto flujo, el papa Francisco, quien permanece en estado crítico, sumó ayer "una insuficiencia renal inicial, leve" que, según El Vaticano, "está controlada".

En un comunicado, indicó que "la complejidad del cuadro clínico y la espera necesaria para que las terapias farmacológicas proporcionen alguna respuesta, requieren que el pronóstico siga siendo reservado".

El sumo pontífice -quien ayer participó en la misa vaticana dominical- está "vigilante y bien orientado" y no presentó más crisis respiratorias desde la noche del sábado, acotó la Santa Sede.

Tras recibir dos unidades de concentrado de glóbulos rojos, aumentó ayer sus niveles de hemoglobina.

A través de un mensaje enviado para el Ángelus de ayer, el papa Francisco expresó que "estoy continuando con confianza mi hospitalización en el Hospital Gemelli, siguiendo el tratamiento necesario ¡y el descanso también es parte de la terapia!".

A REZAR. "Gracias por esta cercanía y por las oraciones de consuelo que he recibido de todo el mundo. Encomiendo a todos a la intercesión de María y les pido que recen por mí", recalcó.

Al referirse al tercer aniversario de la cruenta invasión de Rusia a Ucrania, que calificó de "ocasión dolorosa y vergonzosa para toda la humanidad", ratificó su cercanía al pueblo ucraniano y extendió su invitación a orar por la paz en regiones afectadas por conflictos, como Palestina, Israel, Myanmar, Kivu y Sudán.

OJO AL DATO

Según el portavoz de El Vaticano, Matteo Bruni, el papa Francisco pasó la noche "con tranquilidad" y "descansó".

ESPAÑA

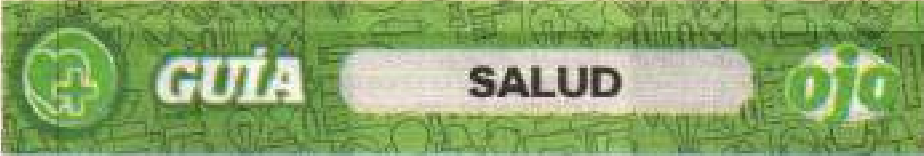
MAFIA PROMETÍA EMPLEO A MUJERES PARA EXPLOTARLAS

MADRID. La Policía española desarticuló una organización criminal que explotó sexualmente a más de mil mujeres en el último año, la mayoría venezolanas y colombianas, y en Alicante y Murcia se detuvo a 48 personas y se rescató a igual número de víctimas del delito de trata de personas. La investigación comenzó tras una denuncia anónima recibida en la línea de atención 900 10 50 90. La red transnacional, liderada por dos mujeres colombianas y un español, engañaba a las víctimas con falsas ofertas de empleo en los sectores de la estética y la limpieza. Al llegar a España, las mujeres eran despojadas de sus documentos y trasladadas a locales donde eran obligadas a prostituirse bajo amenazas de muerte.

UCRANIA

ZELENSKI RENUNCIARÁ A CAMBIO DE LOGRAR LA PAZ

KIEV. El presidente ucraniano, Volodimir Zelenski, se mostró ayer dispuesto a renunciar a su cargo si a cambio se le ofrece a Ucrania la entrada en la OTAN y se logra la paz en la guerra por la invasión rusa a Ucrania, con seguridades para su pueblo. "Si (es) la paz para Ucrania, si realmente necesitan que deje mi puesto, estoy dispuesto", enfatizó.



ojo con la salud 26
Consejos del doctor Pérez-Albela

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA EL BIENESTAR DE LA FAMILIA
936098953
2818677

Sigue los consejos del Dr. José Luis Pérez Albela en su canal de YouTube "Bien de Salud" y cada viernes al mediodía en las redes sociales de Diario ojo

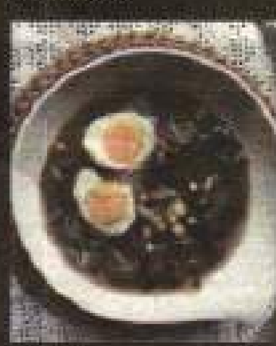
BENEFICIOS

En los últimos años, la investigación científica ha demostrado que estos superalimentos tienen un impacto positivo en la salud humana, aportando nutrientes esenciales y contribuyendo a la prevención de diversas enfermedades.



A TENER EN CUENTA

Incluir algas y microalgas en la dieta de manera regular puede proporcionar beneficios significativos para la salud. Se pueden consumir en ensaladas, sopas, zumos o en forma de suplementos. Es fundamental asegurarse de que provengan de fuentes seguras y libres de contaminantes para aprovechar al máximo sus propiedades nutritivas.





SABÍAS QUE...

Las algas y microalgas son ricas en vitaminas, minerales, antioxidantes y ácidos grasos esenciales, lo que las convierte en una fuente ideal de nutrientes.

Algunas especies de algas contienen compuestos bioactivos con propiedades antiinflamatorias, inmunomoduladoras y neuroprotectoras.

Se ha demostrado que las algas pueden mejorar la salud intestinal gracias a su contenido de fibra y compuestos prebióticos.

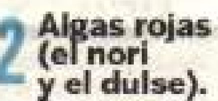






CLASIFICACIÓN

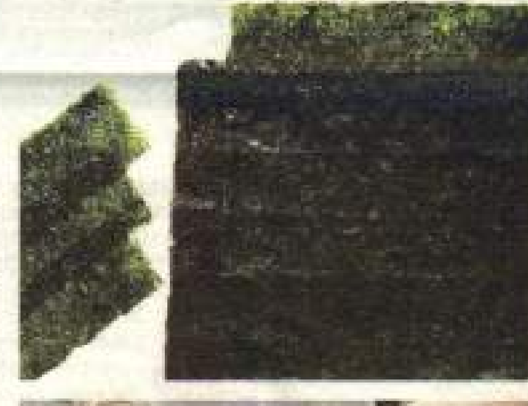
1 Algas pardas (el wakame y el kombu). Contienen fucoxantina, un antioxidante que puede ayudar a reducir la inflamación y mejorar el metabolismo. Además, son una fuente importante de yodo, esencial para el funcionamiento de la glándula tiroides.



2 Algas rojas (el nori y el dulse). Son ricas en proteínas, fibra y antioxidantes. El nori, por ejemplo, es una de las pocas fuentes vegetales de vitamina B12, esencial para la salud del sistema nervioso.

3 Microalgas (la espirulina y la chlorella). Estas algas unicelulares son conocidas por su alto contenido proteico y su capacidad para desintoxicar el organismo. La espirulina es rica en ficocianina, un pigmento con propiedades antiinflamatorias, mientras que la chlorella ayuda a eliminar metales pesados del cuerpo.







1 LA IMPORTANCIA DE CONSUMIR CRUCÍFERAS — 14 FEB
2 FITOESTRÓGENOS: APOYO EN LA REGULACIÓN HORMONAL — 17 FEB
3 ESTRATEGIAS PARA UNA ADECUADA DESINTOXICACIÓN — 21 FEB
4 ALGAS Y MICROALGAS: SUPERNU... PARA LA... — 24 F...

Director: Carlos Espinoza Olcay / Editoras: Silvia Quispe y Massiel Cardoza

FUNDAMENTALES PARA REGULAR EL METABOLISMO Y DAN BIENESTAR CEREBRAL Y CARDIOVASCULAR

ALGAS Y MICROALGAS: SUPERNUTRIENTES PARA LA SALUD

onsideras como las "plantas del mar", las gas y el fitoplancton han sido consumidos por versas culturas por su alto valor nutricional. tos organismos contienen entre 12 y 20 ces más minerales y oligoelementos que los getales terrestres, que los convierte en una ente excepcionalmente rica de nutrientes.

COMPONENTES

Yodo. Fundamental para la producción de hormonas tiroideas y la regulación del metabolismo.

Omega-3. Alternativa vegetal beneficiosa para la salud cerebral y cardiovascular.

Clorofila. Con mayor presencia en la chlorella, ayuda a mejorar la oxigenación celular y la desintoxicación del cuerpo.

Proteínas vegetales. La espirulina contiene todos los aminoácidos esenciales, siendo una excelente opción para dietas vegetarianas y veganas. Se puede tomar una cucharadita al día en jugos o batidos.

Fucoidanos. Compuestos bioactivos presentes en algas pardas, con propiedades inmunomodulad oras y antioxidantes.

LÁMINA 4

Infografía: Iván Ciro Palomino

Fotos: AFP, Andina, GEC



FINANZAS INTELIGENTES

ERRORES AL AHORRAR

1 IMPACIENCIA
No tener paciencia y esperar resultados rápidos sin considerar el proceso a largo plazo.

2 FALTA DE PLAN
No establecer metas claras ni estrategias de ahorro, lo que dificulta alcanzar los objetivos.

3 DESCONOCIMIENTO
No investigar sobre opciones de ahorro e inversión, perdiendo oportunidades de crecimiento financiero.

#APUÉSTALEALPERÚ

ALTERNATIVAS FLEXIBLES ANTE CUALQUIER IMPREVISTO

Cobertura del seguro escolar

REDACCIÓN OJO

Con el regreso al colegio, los padres no solo se enfocan en matrículas y útiles, sino también en la seguridad de sus hijos. Más de 6 millones de escolares regresan a clases en 2025, según el Ministerio de Educación, y muchos corren el riesgo de sufrir accidentes en la escuela. En esta nota, Diego Rosell, gerente comercial de Seguros Masivos de Protecta Security, da a conocer las ventajas de contar con un seguro escolar.



PROTECCIÓN. Con el seguro escolar, la integridad de los estudiantes está garantizada tanto dentro como fuera del aula, cubriendo accidentes y emergencias médicas.

COBERTURA. Los seguros escolares brindan una cobertura integral, cubriendo atención médica, hospitalización, medicamentos y hasta sepelio en caso de fallecimiento.

TRANQUILIDAD. Este tipo de seguro ofrece la calma los padres de que sus hijos estarán protegidos ante cualquier imprevisto, sin afectar el presupuesto familiar.

FLEXIBILIDAD. Ofrece opciones adaptables a las necesidades y economía de cada familia, protegiendo a los niños en todas sus actividades diarias.

1

EMERGENCIA. El seguro escolar ofrece protección a los estudiantes, garantizando atención médica inmediata en caso de accidente y cobertura de los gastos médicos relacionados. Además, hay seguros que cubren la pensión escolar en caso de que el sostenedor económico fallezca o sufra una invalidez.

2

PREVENCIÓN. Fomenta una cultura de prevención dentro de los colegios, promoviendo un entorno más amigable. Los seguros escolares no solo protegen a los estudiantes en caso de accidentes, sino que también contribuyen a crear un ambiente que garantice su bienestar, afirma Rosell.

3

PROTECCIÓN PERMANENTE. Los seguros escolares no solo ofrecen cobertura durante el horario académico, sino también en actividades extracurriculares y mientras los niños se desplazan hacia y desde la escuela. Esto garantiza que los estudiantes estén cuidados en todo momento.

30,000 casos de accidentes escolares se atienden, en promedio, al año según la Apeseg.

TÍO BILLEGAS

MÁS VALE PREVENIR...



Sobrino, las lluvias han llegado con todo y no perdonan. Más de 3.8 millones de peruanos están en riesgo de sufrir inundaciones. Los más golpeados son los habitantes de Puno, Cusco y Cajamarca. Ojo, no solo perjudica a la gente, también hay colegios, hospitales y carreteras que pueden colapsar por los huaicos y deslizamientos producto de las lluvias.

Ya en 2023 la pasaron terrible: muchos agricultores perdieron sus cosechas, se destruyeron kilómetros de carreteras y puentes quedaron en malas condiciones. Cuando se rompe la conectividad por tierra, el comercio se frena y los precios aumentan. ¡No dejemos que pase otra vez, sobrino!

> "MÁS DE 3.8 MILLONES DE PERUANOS ESTÁN EN RIESGO DE INUNDACIONES. ¡OJALÁ EL PRESUPUESTO SE USE BIEN PARA PROTEGER A NUESTRA GENTE!"

Todos los años leen noticias sobre las lluvias, pero poco se hace para prevenir los desastres. En 2024, el Gobierno invirtió S/ 4,500 millones en medidas preventivas, pero este año el presupuesto bajó a S/ 2,900 millones. A pesar de su reducción, ojalá que todo ese presupuesto se use bien para proteger a nuestra gente. ¡Más vale prevenir que lamentar!

Para dudas o propuestas de temas escríbeme a tio@billegas.pe
Lee todas mis columnas en https://billegas.pe/

DATOS IMPERDIBLES

1 Peruanos inseguros
Actualmente, 9 de cada 10 peruanos se sienten inseguros en las calles, según el Barómetro de Seguridad de Verisure. La Central Receptora de Alarmas indica que, en lo que va de 2025, más del 30% de los incidentes registrados son intentos de robo.

2 Cambio de dólares
Marisol Quiñones, CMO de Rextie, menciona que los principales cambiadores de divisas son emprendedores, profesionales independientes y ejecutivos de niveles medio y alto, así como empresas en turismo, tecnología, comercio y agroindustria.

3 Estafa romántica
Según ESET los "catfishers" crean perfiles falsos con fotos, audios o IA generativa, y las señales de alerta incluyen el contacto inicial, promesas exageradas, evitar llamadas, respuestas vagas y pedidos de dinero o información personal.

CRAC

"Pitín" Zegarra acompaña a la delegación blanquiazul

Buenos Aires.- Llegó para hacer ruido. Alianza Lima arribó a Argentina con la firme consigna de hacer historia en la "Bombonera" mañana cuando se mida ante Boca Juniors por la vuelta de la fase 2 de la Copa Libertadores. Los íntimos incluyeron en la delegación a la leyenda del club, Víctor "Pitín" Zegarra, autor del gol de aquel partido que ganó el cuadro blanquiazul en 1966 en la misma cancha que pisarán mañana.

"Vamos con la misma convicción que lo hicimos en Lima y no tenemos nervios. En lo personal, es un sueño cumplido. Jugar en un majestuoso estadio como ese para mí es un sueño. Para Alianza, creo que será un antes y un después para el equipo", declaró el extremo Eryc Castillo quien será titular y sería el que defienda ante las incursiones de Luis Advíncula. Alianza no tiene ningún lesionado y el volante Pablo Lavandeira también forma parte del grupo, aunque todo hace suponer que Fernando Gaibor seguirá como volante de primera línea al lado de Erick Noriega. "Es una final para Alianza Lima, no solo para mí. Respetamos a todos los rivales, a cualquiera que nos toque pero nosotros vamos a hacer nuestro partido. ¿El arbitraje? Esperemos que salga todo bien, que sean las cosas justas, nosotros vamos a hacer nuestra parte", expresó Hernán Barcos, autor de dos goles en lo que va de esta Copa Libertadores. Pero sin lugar a dudas, quien se robó también las luces fue "Pitín" Zegarra, leyenda del club victoriano que se mostró confiado en un buen resultado tras la victoria 1-0 en Matute.

"Agradecido con los jugadores que me pidieron viajar. Ello saben qué hacer para ganar", dijo el exfutbolista. Alianza Lima entrenará boy y el técnico "Pipo" Gorosito definirá cuál será el "9" mañana en la "Bombonera", si Hernán Barcos o Paolo Guerrero.

ALIANZA LIMA VIAJÓ CON PLANTEL COMPLETO DE CARA AL DUELO CONTRA BOCA JUNIORS MAÑANA EN LA "BOMBONERA"

AIRES DE CONFIANZA

FIRMADOS

“Estoy volviendo a ser el jugador que quiero ser y esperamos seguir así, porque el martes tendremos un duro rival”

LUIS ADVÍNCULA
Lateral de Boca Juniors

“El martes necesitamos ganar, jugamos en casa, lo cual es muy importante. Hay que aprovechar el envión de la gente y su apoyo”

FERNANDO GAGO
Técnico de Boca Juniors

“Rodri es un chico culto, modesto y simpático. Descubrí que iba a ganar el Balón de Oro el día del evento, porque era secreto”

ALEKSANDER CEFERIN
Presidente de la UEFA

“Messi es el alma del equipo. Es como un niño jugando y además no quiere perder, así que eso para nosotros es una gran ventaja”

JAVIER MASCHERANO
Técnico de Inter Miami

DELANTERO TIENE RESPALDO EN UNIVERSITARIO

Se la juegan por Churín



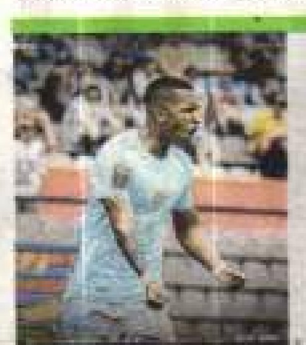
▪ Atacante argentino no ha podido aún marcar en un partido oficial con la “U”

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Respaldo total. En Universitario saben que es muy pronto para juzgar y evaluar a Diego Churín y por eso el comando técnico y la administración le ratificaron la confianza al delantero que llegó a pelear el puesto con Alex Valera. Los números del argentino no son los esperados, pero al haberse jugado solo dos fechas del Apertura, todos confían en que el atacante terminará imponiéndose. El número 15, que iba a ser titular ante Atlético Grau, de momento solo anotó en el amistoso ante Junior y luego se quedó en ‘blanco’ ante Comerciantes Unidos y Cienciano. En descargo del ex jugador de Cerro Porteño hay que decir que en ninguno de los encuentros disputó los 90’. En el club entienden que el goleador tiene que adaptarse al sistema del equipo y descartan que su caso vaya a ser como el de Diego Dorregaray que nunca se acopló al funcionamiento merengue y tuvo que irse a media temporada. Por otro lado, si no hay cambios en la Liga 1, el choque suspendido ante los piuranos se jugaría luego de la quinta fecha. El partido se disputará a mitad de semana y siempre con el Mansiche de Trujillo como escenario. La intención de los organizadores del torneo es que el encuentro no se cruce con los entrenamientos de la selección que disputa las Eliminatorias. Con esto, la “U” tendría a sus seleccionados para el cruce.

ojo al dato

Gianluca Lapadula fue expulsado a los 66’ en el duelo que Spezia (3°) perdió 1-0 de local con Unión Sportiva Catanzaro.



TRIPLETES EN ADT

VIDALES VIVE UN CARNAVAL

ADT (1° con 7) ganó 3-2 de visita a Alianza Universidad (15°) con un nuevo hat trick de Johnny Vidales (1’, 16’ y 44’). Los tarmeños aprovecharon la efectividad de su atacante, que en la fecha pasada hizo triplete a Atlético Grau y las licencias que dio el local. Christian Ramos fue una puerta abierta, regaló un tanto y en otro quedó mal parado. Otávio Gut (31’) y Fernando Leguía (38’) descontaron. Hoy, Deportivo Binacional recibe a Cusco FC (6:00 p.m.)



LA COLUMNA DE EL OJÓN
por: el calidoso

BLANQUIAZULES LLEGARON A ARGENTINA PARA SACUDIR LA “BOMBONERA”

Hola, holaa, holaaa, holaaaaa mi gentita, vengo más embalado que el plantel aliancista que ya está en Buenos Aires para el partido de mañana ante Boca Juniors. El ánimo en los victorianos es el mejor, el triunfo en Matute demostró que los xeneizes no son nada del otro mundo y por eso saldrán a la “Bombonera” a imponer condiciones y no especular. El “Pipo” Gorosito con sus declaraciones hizo que todas las miradas estén centradas en él y nadie se meta con sus pupilos que pueden dar el ‘golpe’ en tierras argentinas. Esperemos ahora que el arbitraje del chileno Maza esté a la altura y que no termine influyendo en el resultado. ¡CHEEEEEESSSSSS!



La falta de dinero se empieza a sentir en la Videna. La selección femenina no está teniendo las facilidades para trabajar como antaño y por eso más de una quiso renunciar. El problema no solo es para el cuadro mayor, las chicas del fútbol sala entrenan en un campo en el centro de Lima y los entrenamientos deben acabar antes de las seis porque luego la zona se pone peligrosa. Y así el presidente Lozano dice que su gestión es la que mejor trabaja. ¡OJITO, OJITO!

El que vive una segunda juventud en el Rímac es Irven Ávila. Con su gol en Huancayo, que sirvió para que los celestes se queden con los tres puntos, el “Cholito” llegó a los 129 tantos con Sporting Cristal y quedó a 9 conquistas de Julinho que es el cuarto máximo anotador de los rimenses. El delantero tenía todo para irse este año, pero el técnico Farré se la jugó por él y el goleador le está respondiendo con goles importantes como el del sábado. ¡HUUUUUM-MMMM!

Piero Quispe no tuvo suerte en el clásico entre Pumas y el América. El triunfo fue para las “Águilas Doradas” y el peruano fue expulsado en los descuentos del primer tiempo. Peleó un balón y rozó a un rival. El árbitro le sacó la roja. Su técnico reclamó porque máximo era para amarilla y también se fue a las duchas. Bueno mi gente, esto es todo por hoy, mañana vuelvo con más y mejor información. ¡CHAAAAUUUUUUU!



■ Brasileño tiene 102 goles con el cuadro merengue.

REAL MADRID GANÓ AL GIRONA EN CASA

Vinicius y Modric alcanzan al Barcelona

A los 39 años Luka Modric sigue dictando cátedra. El volante ya no es titular indiscutible, pero cuando le dan minutos, demuestra que sigue vigente. El Real Madrid (2° con 54") venció 2-0 al Girona (12°con 31) y el croata, que aprovechó la ausencia del suspendido Jude Bellingham, abrió la lata con un golazo a los 40'. El veterano volante aprovechó un despeje de la zaga catalana y con derechazo desde 30 metros puso el 1-0. Vinicius Jr. a los 82' hizo el segundo tanto madridista a pase de Kylian Mbappé. Los pupilos de Carlo Ancelotti se medirán ahora por la Copa del Rey ante la Real Sociedad y luego tendrán enfrente al Atlético de Madrid por la Champions.

LOS "REDS" GANARON 2-0 DE VISITA A MANCHESTER CITY

Liverpool hunde más a Guardiola

↗ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Manchester.- Tras cuernos palos. Manchester City quedó eliminado de la Champions League durante la semana a manos del Real Madrid y para colmo ayer se estrelló con el Liverpool que le estampó un 2-0 de visita y de paso volvió a ganarle los dos partidos en una edición de Premier League por tercera vez en su historia. Los "Reds" son líderes con 64 puntos y le sacaron 20 de ventaja al equipo de "Pep" Guardiola que marcha cuarto en la tabla.

Nuevamente una de las figuras del partido fue Mohamed Salah, encargado de abrir la cuenta a los 14' tras meter un zurdazo dentro del área cerrando una jugada trabajada. El delantero egipcio alcanzó las 25 conquistas en esta edición del torneo inglés y es el primer jugador en la historia de la Premier League en registrar más de 40 participaciones en goles en dos temporadas diferentes. Además, Salah le anotó por novena vez al cuadro "Ciudadano" bajo la batuta de Guardiola. El otro gol fue de Dominic Szoboszlai (37').



■ Mohamed Salah es el máximo artillero de esta Premier.

"Es demasiado, es momento de rendirse. 10 puntos ya es una locura, ningún equipo grande perdería una ventaja de 10, imagínate 20. Felicito a Arne, maravilloso trabajo", declaró "Pep" Guardiola sobre el club y el técnico rival.

En otro encuentro, Newcastle venció 4-3 a Nottingham Forest con un doblete de Alexander Isak.

ojo al dato

Szczesny, portero del Barcelona, no ha perdido en los 11 encuentros que ha disputado y ha dejado seis con el arco a cero.



CARLOS VIVES LLEGA EN OCTUBRE. El colombiano Carlos Vives llegará a Lima el próximo 10 de octubre con su tour "El rock de mi pueblo vive", a realizarse en Costa 21. Dijo que está ansioso por reencontrarse con el público peruano.

CUMPLEN DIEZ AÑOS DE CASADOS

Yaco renovará votos con Natalie Vértiz



Conductor afirma que el tiempo ha pasado rápido.

Yaco Eskenazi contó que en unos meses cumplirá una década casado con Natalie Vértiz y quiere hacer la renovación de sus votos. Además, señaló que en su época de futbolista Carlos "Kukín" Flores fue su padrino.

"Este 2025 cumplo diez años de matrimonio y quiero hacer la renovación de mis votos con Natalie", comentó Yaco en una entrevista con Jefferson Farfán. Luego, recordó que el año 2000 Carlos "Kukín" fue su padrino en el Boys.

"En ese tiempo Kukín era mi padrino, pues conocía a mi abuelo y mi padre; así que me cuidaba y nadie se metía conmigo", relató.





La pareja tiene dos hijos, Liam que tiene diez y Leo de seis.

DISFRUTA SU SOLTERÍA

Leysi descarta volver a enamorarse

La animadora Leysi Suárez afirmó que se encuentra tranquila disfrutando su soltería y por ahora no busca tener una relación amorosa.

"Estoy tranquila estando soltera, lo disfruto mucho. Por ahora no busco tener una relación amorosa. Si en algún momento llega alguien, chévere, sino, seguiré disfrutando junto a mi hija", enfatizó.

Grasse: "Pensé que Karla era más inteligente"

MODELO LA CRITICA POR HABERLE DADO UNA NUEVA OPORTUNIDAD A CHRISTIAN DOMÍNGUEZ

Karla y Christian

JESSICA LINO
redaccion@prensmart.pe

La exchica de negro, Grasse Becerra, no puede salir de su asombro al enterarse que Karla Tarazona decidió regresar con Christian Domínguez, y les recomendó ir al psicólogo.

Según la rubia, pensó que la conductora de "Préndete", después de todos los episodios vividos con el cantante, no volvería a creer en él.

"Pensé que Karla era más inteligente. Me da pena porque la conozco, quizás nosotros no estamos viendo algo que ella ve en él. No hay duda de que Christian es un buen padre, un tipo que es la figura paterna para sus hijos porque lo quieren un montón", señaló Grasse.

Asimismo, Becerra le pidió a Christian que aproveche esta nueva oportunidad que le está dando Karla.

"Ya no creo que le dé más oportunidades porque es feo para una mujer estar en angustias cuando sabe que su pareja es infiel, que algo puede pasar, sobre todo cuando se va de viaje", añadió la modelo.

Remarcó que espera que las "travesuras" de Christian Domínguez no se vuelvan a repetir.

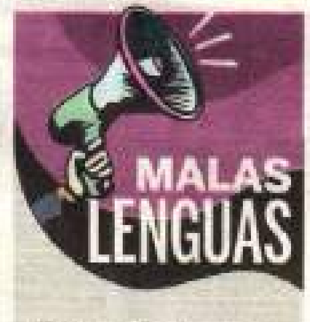
"Considero a Christian como un hombre travieso por todo lo que hemos visto, y ojalá que eso se haya acabado en su vida. Que se ponga las pilas y aproveche la oportunidad. Por mi parte, yo no regresaría con una expareja que me ha hecho tanto daño", agregó.

Dice que ella no regresaría con un ex que le ha hecho daño



ojo al dato

Hace unos días, Karla y Christian confirmaron su relación en un matrimonio comunitario y no han descartado que puedan darse el sí en un altar.



Estas malas lenguas, llegan con harto "chimi chimi"... En las redes sociales criticaron duramente a **BRUNELLA HORNA**, quien en medio de la tragedia de Trujillo fue coronada reina del carnaval en Pimentel... El actor **JOSÉ PELÁEZ** regresará a la conducción de "El gran chef" tras unas vacaciones y anuncian que llegará con algunas bombas... **CARLOS OROSCO** será una de las sorpresas que traerá el nuevo programa de Panamericana, "La noche llega", donde hará dupla con **TILSA LOZANO... ANGIE JIBAJA** contó que ha dejado los escándalos, pues ahora es una testigo de Jehová en Chile y lleva una vida sana... **MARIO HART** se picó con las críticas de **JEFFERSON FARFÁN**, quien señaló que el piloto "no canta nada", y respondió que el futbolista lo llamaba para que vaya a cantar al búnker... Nos vamos, nos vemos mañana.





AL GRANO



LUCECITA EXTRAÑA "AL FONDO HAY SITIO"

Lucecita Ceballos indicó que le gustaría que la vuelvan a convocar para actuar en "Al fondo hay sitio". "Fue una linda experiencia y si me llaman, yo feliz", precisó.

"CHIKIPLUM" EN "EL REVENTONAZO"

El cómico "Chikiplum" dijo que solo fue como invitado a El Reventonazo y que no tuvo problemas en compartir las grabaciones con Kiwi, a quien involucraron con Katy Prado.



• La modelo respalda a su hija Anne Thorsen.

• MELISSA KLUG EMPRESARIA

Evelyn no suelta a Melissa Klug

DICE QUE SE HIZO CONOCIDA POR OTRAS PERSONAS

LADY GAMARRA

Evelyn Vela indicó que no tiene necesidad de hablar de Melissa Klug, pues resaltó que lleva veinte años en la televisión, a diferencia de otras personas que se hicieron conocidas por otra cosa, en alusión a la popular "Blanca de Chucuito".

Evelyn, Melissa señaló que está harta de que siempre la menciones y que le gustaría leer que hables de tus proyectos...

Yo tengo veinte años en televisión y he trabajado en varios programas. Ella (Melissa), ¿por qué o quién se hizo conocida? Ja, ja, ja.

Por cierto, ¿tu hija Anne se pronunciará sobre las acusaciones que hizo Samahara Lobatón?

Mi hija no es de la farándula, ella no puede estar en escándalos ni puede ponerse al mismo nivel. Además, no tiene nada de qué hablar porque todo es falso.

¿Está afectada emocionalmente tras ser acusada de traicionar a la hija de Melissa Klug?

Para nada. Ella lo toma (las acusaciones) como de quien viene, mi hija está enfocada en todas las cosas que se le vienen muy pronto y en sus estudios. Además, sabe que la gente feliz no jode.

LA RESPALDA. La organizadora del Miss Perú, Jessica Newton, le dio su respaldo a la actual "Miss Teen Universe Perú". "Solo tengo cosas buenas que comentar sobre Anne. No tengo nada que comentar sobre cosas que no conozco ni me interesa", declaró Newton.

ojo al dato

Evelyn reveló hace unos días que terminó su amistad con la chalaca, a quien en el pasado defendía con uñas y dientes.

EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA
996288415





ARIES 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
Tenga en cuenta las opiniones de todos en el trabajo, de ellas puede sacar valiosas conclusiones. No decepcione a su pareja.



TAURO 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
El amor es parte importante de la vida. Por ello, debe otorgarle el tiempo que se merece, si no simplemente se secará como una planta.



GÉMINIS 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
No se deje convencer por personas que apenas conoce en el trabajo para aceptar nuevas responsabilidades, no le traerá más que problemas.



CÁNCER 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
Su alimentación no es la adecuada y lo sabe bien. Es tiempo de cambiar por su salud. Sería bueno que sume actividad física. Suerte.



LEO 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Finalmente, entenderá ciertas situaciones complicadas en el trabajo. No permita que la competencia le saque ventaja. Téngalo en cuenta.



VIRGO 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
Tome este momento de gran cercanía con la pareja como una oportunidad para vivir nuevas y maravillosas experiencias. Adelante.



LIBRA 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
Deberá ser más selectivo con las responsabilidades que acepte en el trabajo. Solo así podrá salir victorioso en la mayoría de veces.



ESCORPIO 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
No puede vivir una vida totalmente absorbida por el trabajo o los negocios. Busque algún momento para relajarse. Es importante.

SAGITARIO 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
No es una máquina que pueda trabajar y trabajar sin descanso. Deberá hacer lo que su cuerpo le pide y recargar sus energías.



CAPRICORNIO 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO
Tendrá oportunidades en lo laboral o profesional casi de la nada. Piense bien antes de tomar una determinación. Cuide su salud.



ACUARIO 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
Desarrollará métodos de trabajo más acordes con la realidad actual y eso es muy bueno. Los objetivos estarán más cercanos.



PISCIS 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
La decisión de creer en la pareja es un pilar fundamental en toda relación. No lo arruine con celos que ni siquiera tienen fundamento.



AMOR EN REDES

Escribir a: hazendelamor@prensmart.pe

GALANTE CORTÉS
Veinteañero optimista desea formar una bonita relación con provinciana de 20 a 27 años, amorosa, sincera y con valores.
927 856 005

EDUCADO CARIÑOSO
Está en busca de una linda mujer, de 30 a 45 años, que sea tierna y desee amar y ser amada profundamente.
975 628 947

AGRADABLE CONVERSADOR
Caballero de buen carácter, delgado y sin vicios anhela conocer una chica entre 30 y 45 años, que sea emprendedora y cariñosa.
924 349 140

JOVEN MADURO
Soltero trabajador, de 1.70 y tez clara, ansía iniciar una linda amistad con dama inteligente y, a futuro, entablar una relación formal.
971 128 050

MAGALY MORO
magalymoro@prensmart.pe



Tengo miedo al matrimonio

Melissa (28 años, Magdalena). Querida doctora Magaly Moro, recurro a usted para encontrar una solución a mi problema. Llevo tres años de relación con Armando, un hombre maravilloso, con quien he congeniado muy bien en todos los aspectos. Pero siento que no estoy preparada para dar el siguiente paso y llegar al altar con él.

No piense que no amo a Armando, todo lo contrario, doctora. Él es un hombre comprensivo, inteligente, además de muy guapo. En la intimidad nos entendemos a la perfección, entre sus brazos me siento en las nubes. Pero pienso que si nos casamos todo lo bonito que tenemos va a desaparecer a consecuencia de la rutina y terminemos divorciándonos. Así lo viví con mis padres y no quiero pasar por lo mismo.

Armando me ha pedido la mano en dos oportunidades, y en ambos casos le puse una serie de pretextos para no aceptar. Hace unos días, luego de ver el video de esa novia en Bagua que salió corriendo el día de su boda diciendo que no aceptaba casarse, Armando nuevamente tocó el tema del matrimonio. Me dijo que cuando nos casemos, esperaba que yo no salga corriendo.

Doctora, con solo escuchar la palabra "matrimonio" empecé a sudar frío. No sé qué pasa dentro de mí, que el solo hecho de hablar de casarme hace que me ponga mal. ¿Usted cree que tengo algún problema psicológico que hace que le tenga fobia al matrimonio? ¿Qué hago? Yo realmente amo a Armando y no quiero perderlo.

ojo al consejo

Querida Melissa, pienso que deberías consultar con un psicólogo. No es normal que con solo escuchar la palabra "matrimonio" tú empieces a sentirte mal físicamente. Es posible que la experiencia vivida con tus padres te esté afectando. También conversa con Armando sobre tus sentimientos, para que no piense que no deseas compartir tu vida con él. Suerte.

CONSEJO SENTIMENTAL



DETALLES PARA NO CAER EN LA RUTINA

Aunque la monotonía afecta a la mayoría de las parejas en algún momento, esta se puede combatir con pequeños cambios. Rompa con la rutina con ciertos detalles como una cena romántica, sin estar de aniversario.

IMPLEMENTAR CAMBIOS EN EL HOGAR

Realizar cambios en las actividades del hogar es una forma de refrescar la relación. Como tomar desayuno juntos en la cama o realizar alguna acción en pareja, como deporte o implementar un huerto o jardín en casa.

DESCONECTARSE DE LA TECNOLOGÍA HACE BIEN

La tecnología suma en varios aspectos de la vida, pero también puede alejar a las personas. En el caso de la pareja, pueden desconectarse de los celulares cuando estén compartiendo tiempo juntos, como a la hora de comer.

¿QUÉ SIGNIFICA?

EPIFANÍA
Revelación o manifestación repentina de algo.
SINÓNIMOS: revelación, iluminación, descubrimiento.
ANTÓNIMOS: confusión, duda, ignorancia.



OJO CON EL SUDOKU

INSTRUCCIONES:
LOS NÚMEROS QUE VAN EN CADA CUADRANTE (DEL 1 AL 9) NO DEBEN REPETIRSE EN NINGUNA DE LAS OTRAS CAJAS.

N°5339

	3		2	4	9	7		
8	4							
		6		3	8		5	2
		8					3	
	5		7	6				
6						2		5
3				8	6		7	
		5	4		2		6	3
				7	5		2	

SOLUCIÓN ANTERIOR - N° 5338

9	7	6	5	4	8	3	1	2
5	8	3	7	1	2	6	4	9
1	2	4	3	6	9	7	8	5
3	6	9	2	8	7	1	5	4
4	1	8	6	9	5	2	3	7
2	5	7	4	3	1	9	6	8
7	4	5	1	2	6	8	9	3
8	3	1	9	7	4	5	2	6
6	9	2	8	5	3	4	7	1

PUPILETRAS

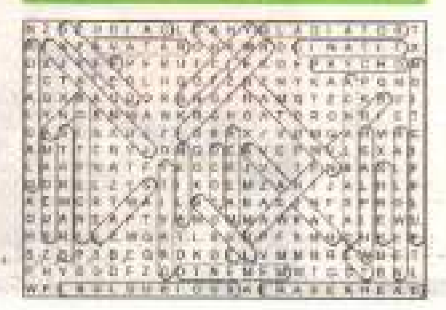
```
D A P G Q X B P B X J E Z F F X M H C H C D S I
R B U A H R R Y V F F V S W V M P X O Q L A U O
E D L S C B G O O K W G S P Y X C F R M Y Z R J
T O M V P S R B D L E N G U A V K G A B O M P A
I M Ó H B M T A D I E N T E S L Y Z Z G K L X C
U E N R C H H S Z Q L J N P O W D P Ó E V M C A
X N R I Ñ Ó N R D O A L N V J Q K A N M R U W D
G A R G A N T A Q E M B A N Z S Y H Y A V Ñ H E
O Í D O A Y N C N L D E O Z A U K L H N X E Í R
W B O C A B E Z A J Y O B C K B S O J O C C G A
Q P I E E S T Ó M A G O L C A E W N X P U A A P
C I N T U R A Q J U E J P N P I E R N A E C D R
T O B I L L O K D E D O D E L P I E Q Q L G O K
N A R I Z I P R Y E O I X P E C H O K Z L F X R
K G I L H O M B R O C E L A R I N G E U O V Y C
R S Z W W K A L C J A U P E C O D O P S B H T Y
```

CLAVES DEL DÍA

TEMA: PARTES DEL CUERPO

CABEZA
CUELLO
HOMBRO
BRAZO
CODO
MUÑECA
MANO
DEDO
PECHO
ESTÓMAGO
ESPALDA
CINTURA
ABDOMEN
CADERA
PIERNA
RODILLA
TOBILLO
PIE
DEDO DEL PIE
CARA
OJO
OÍDO
NARIZ
BOCA
LENGUA
DIENTES
GARGANTA
LARINGE
PULMÓN
CORAZÓN
RIÑÓN
HÍGADO

SOLUCIÓN PUPILETRAS





Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay
www.ojo.pe
Publicación de Prensmart S.A.C.

prenSmart
Contenidos elaborados por PRENSMART S.A.C.
Jr. Jorge Salazar Araoz N° 171 cuarto piso, Santa Catalina, La Victoria, Lima 13, Perú.

Los artículos firmados son responsabilidad de sus autores. Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 95-0776. Redacción: 326-650-3330 anexo 3331. Publicidad: 708-3999. Impreso en los talleres gráficos de Empresa Editora El Comercio S.A.: Jr. Paracas N° 530, Pueblo Libre, Lima, Perú.

SOLUCIÓN ANTERIOR







REFRÁN: **MÁS SABE EL DIABLO POR VIEJO QUE POR DIABLO.**

Significado: La experiencia supera a la inteligencia o astucia, pues enseña a tomar decisiones más sabias.

DEPORTES

cataujo@hotmail.com / Nº 6541

REFRAN



COMER *para* VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3526
Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

SUSTITUIR AZÚCAR POR EDULCORANTE NO ES LO MEJOR

➔ En 2023, la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó una nueva recomendación sobre los edulcorantes no azucarados, incluyendo los naturales como la estevia. Tras analizar estudios recientes, concluyó que su consumo prolongado no aporta beneficios significativos en la reducción del peso corporal y podría asociarse a un mayor riesgo de enfermedades metabólicas.

➔ La OMS sugiere evitar su uso como estrategia para el control del peso y recomienda priorizar patrones alimentarios saludables basados en alimentos naturales. Sin embargo, reconoce que los edulcorantes pueden ser útiles en casos específicos, como en personas con diabetes, siempre bajo supervisión profesional.

➔ El mensaje clave es la moderación. Sustituir el azúcar por edulcorantes no es la solución definitiva para mejorar la salud metabólica. Más que buscar alternativas dulces, el reto es reeducar el paladar hacia sabores menos intensamente dulces.